

PREVENTION EDUCATION: UPC, DRUG PREVENTION AND RISK BEHAVIOUR PREVENTION

Helena Horálek
Charles University

ICUDDR webinar December 2022

Courses in international level



The Universal Prevention Curriculum – UPC

UPC is a combination of essential information in the field of prevention with a focus on evidence-based programs.

Supporting UPC dissemination and its partial outputs

ICUDDR supports this curriculum
ISSUP



Universal Treatment Curricula



Universal Prevention Curricula



Adaptation and Translation of Manuals



Table 1. Universal prevention curricula: implementer series

Track	Title	Hours include training and practica
Track 1	Introduction to Prevention Science	40 hours
Track 3	Physiology and Pharmacology for Prevention Specialists	24 hours
Track 4	Monitoring and Evaluation of Prevention Interventions and Policies	40 hours
Track 5	Family-Based Prevention Interventions	32 hours
Track 6	School-Based Prevention Interventions	40 hours
Track 7	Workplace-Based Prevention Interventions	24 hours
Track 8	Environment-Based Prevention Interventions	24 hours
Track 9	Media-Based Prevention Interventions	24 hours
Track 10	Community-Based Prevention Implementation Systems	40 hours
	Total	288 hours

Table 2. Universal prevention curricula: co-ordinator series

Track	Title	Hours include training and practica
Track 1	Introduction to Prevention Science	42 hours
Track 3	Monitoring and Evaluation of Prevention Interventions and Policies	90 hours
Track 4	Family-Based Prevention Interventions	120 hours
Track 5	School-Based Prevention Interventions	140 hours
Track 6	Workplace-Based Prevention Interventions	130 hours
Track 7	Environment-Based Prevention Interventions	100 hours
Track 8	Media-Based Prevention Interventions	130 hours
Track 9	Community-Based Prevention Implementation Systems	130 hours
	Total	882 hours

Who was behind the original version of UPC

Thanks to pioneering work of **Dr. Zili Sloboda**

*and her team of highly qualified
scientists and prevention experts*

Applied Prevention Science International (APSI)

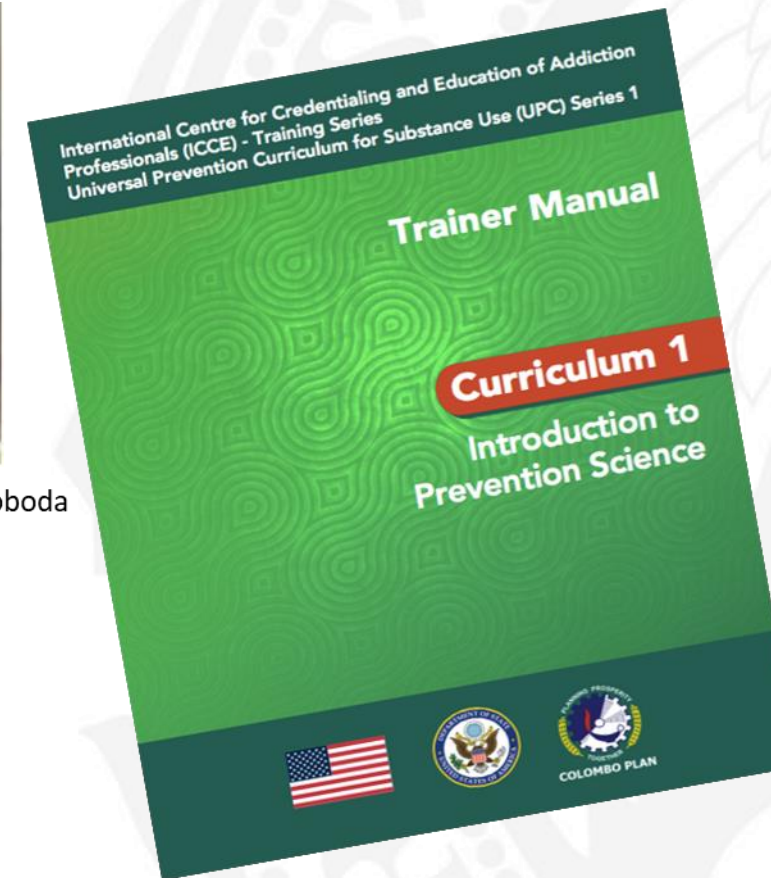
the **European** condensed
version of the UPC was

created and

delivered thanks to
the **UPC-Adapt project**



Source: <https://www.issup.net/zili-sloboda>



Courses in European level





European Monitoring Centre
for Drugs and Drug Addiction

Results hosted on duckduckgo.com

- Data
- Countries
- Topics (A-Z)
- Our activities
- Publications
- MANUALS EN
- Events
- News
- About

- Home
- Publications
- Manuals

Related links:

About the European
Prevention
Curriculum

Prevention topics
page

See also

Promoting evidence-
based health decision-
making
(March 2018)

SOLIDIFY project: a
broad European
partnership stands for a

European Monitoring Centre
for Drugs and Drug Addiction

**European
Prevention
Curriculum**

A handbook for decision-makers, opinion-makers
and policy-makers in science-based prevention
of substance use

ISSN 1725-339X

11

Series type: Manual
Summary

This handbook has been developed as a reference material for the
European Prevention Curriculum. It provides a more general introduction
to prevention science and practice. The handbook has been developed by a European
Prevention Curriculum working group, funded by the European
Commission.

Download as PDF
English (en)



Pages: 172
Price: free
ISBN:
 978-92-9497-416-7
ISSN:
 1606-1705
Pub. DOI:
 10.2810/852697
Catalog Number:
 TDMA19001ENC



Content

PART I: General concepts underpinning effective prevention

- Chapter 1: Epidemiology — understanding the nature and extent of substance use
- Chapter 2: Foundations of prevention science and evidence-based prevention interventions
- Chapter 3: Evidence-based prevention interventions and policies
- Chapter 4: Monitoring and evaluation

PART II: Prevention approaches in different settings

- Chapter 5: Family-based prevention
- Chapter 6: School-based and workplace-based prevention
- Chapter 7: Environmental prevention
- Chapter 8: Media-based prevention
- Chapter 9: Community-based prevention
- Chapter 10: Advocacy for prevention

2 deliverables of the UPC-Adapt project

Handbook

- Now called:
- European Prevention Curriculum
- EUPC

e-presentations

- The on-line presentations – now part of...
- **INEP**



UPC ADAPT

European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction

MANUAL

makers tion

Competence is Based on Knowledge and Skills

- Impact in society = doing the right things in the right time...



How to?

- make trainings available
- orchestrate to maximize the impact

Introduction UPC-Adapt

Outline	Thumb	Notes	Search
Slide Title			Duration
Slide 1			00:13
Quiz			00:20
But before we begin, I...			00:20
Objectives of this lec...			00:21
Overview of e-learning...			00:54
Who is this series for...			00:45
Prevention infrastruct...			01:03
Organizational infrast...			00:40
Do Prevention Profess...			00:44
Competence is Based on...			00:50
Competent Prevention P...			01:19
Who is the Prevention ...			00:29
The Role of the Preven...			00:00
Advocacy			00:56
Effective Advocacy			00:45
Ethical drug preventio...			00:51
The principles of ethi...			01:03
Quiz			00:08
Thank you for your att...			00:05

7 Minutes 24 Seconds Remaining

Slide 10 / 10 | Playing 00:01 / 00:50

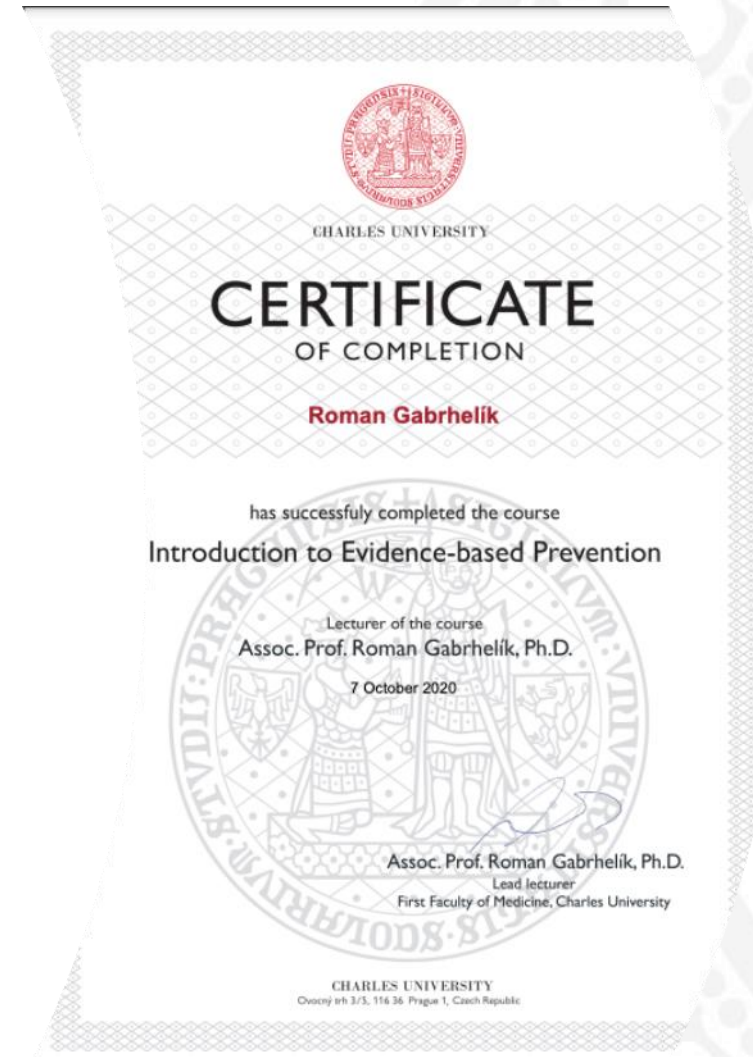
11

Internatinal, European and Czech level...



INEP – Introduction to Evidence based Prevention

- Under the leadership of Roman Gabrhelík
- Department of Addictology, Charles University
- online course INEP - Introduction to Evidence-Base Prevention
- was established based on the European adaptation
- of UPC Adapt project
- Moodle platform
- 10 e-learning lectures
- 40+ hours of training
- All materials in English
- Voiced over by an English native
- Certificate and/or
- 3 ECT credits



INEP

- The course has **no sharp start and end date**
- Start whenever **you** want
or
Whenever you **them** to start

- The course is free of charge

No need to pay a single dime / penny

All we ask is a bit of your time to take pre and post test



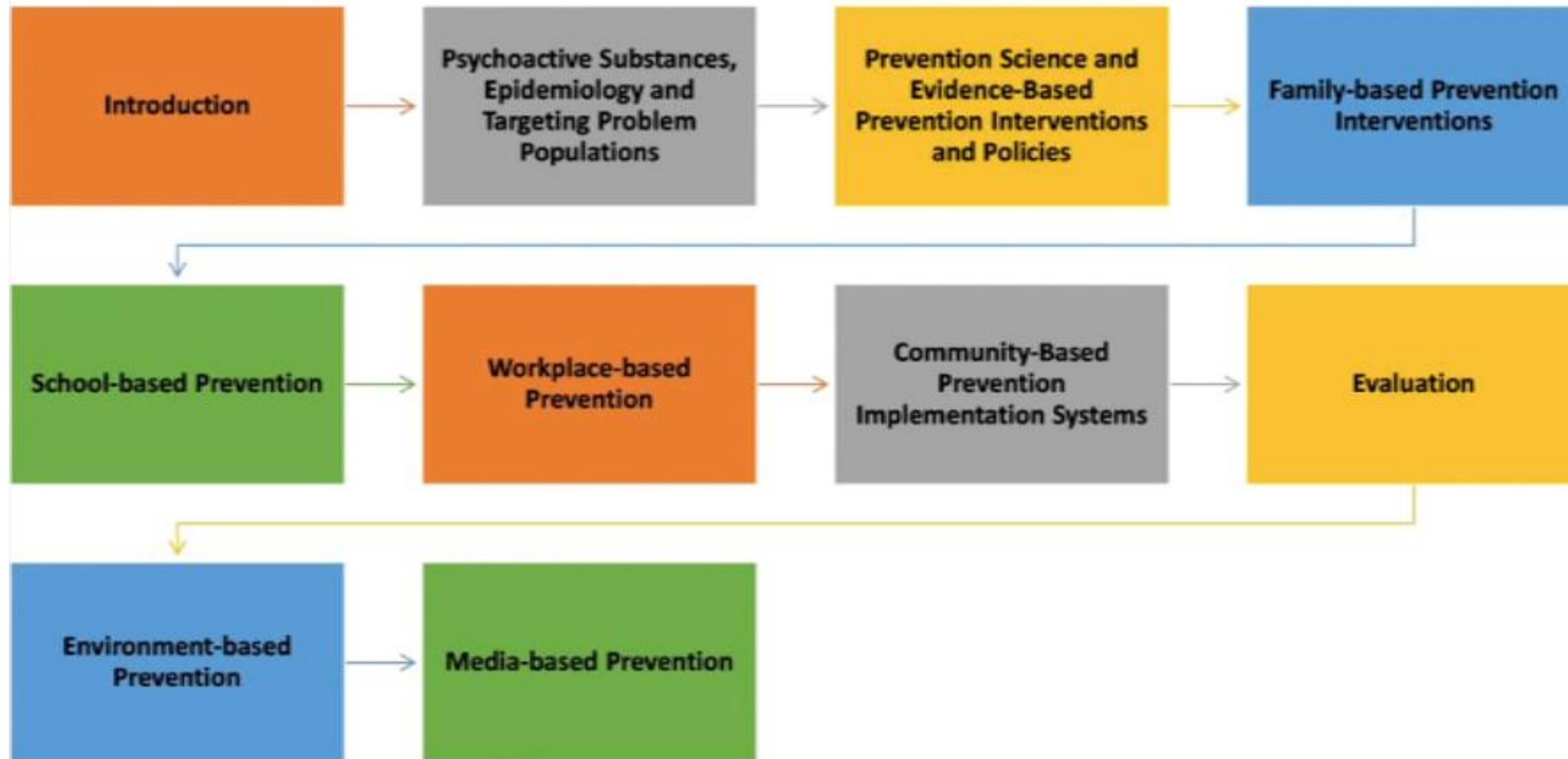
[Tato fotka](#) od autora Neznámý autor s licencí [CC BY](#)



[Tato fotka](#) od autora Neznámý autor s licencí [CC BY-SA](#)



Overview of e-learning Presentations



Introduction UPC-Adapt

Outline	Thumb	Notes	Search
Slide Title			Duration
▶ Slide 1			00:13
▶ Quiz			00:20
▶ But before we begin, L...			00:20
▶ Objectives of this lec...			00:21
▶ Overview of e-learning...			00:54
▶ Who is this series for...			00:45
▶ Prevention infrastruc...			01:03
▶ Organizational infrast...			00:40
▶ Do Prevention Profess...			00:44
▶ Competence is Based on...			00:50
▶ Competent Prevention P...			01:19
▶ Who is the Prevention ...			00:29
▶ The Role of the Preven...			00:50
▶ Advocacy			00:56
▶ Effective Advocacy			00:45
▶ Ethical drug preventio...			00:51
▶ The principles of ethi...			01:03
▶ Quiz			00:08
▶ Thank you for your att...			00:05

- 🎓 INEP
- 👥 Participants
- 🛡️ Badges
- ☑️ Competencies
- 📅 Grades
- 📁 General**
- 📁 Lecture 2: Substances, Epidemiology and Problem Populations
- 📁 Lecture 3: Prevention Science and Evidence-Based Prevention Interventions and Policies
- 📁 Lecture 4: Family-based Prevention Interventions
- 📁 Lecture 5: School-based Prevention
- 📁 Lecture 6: Workplace-based Prevention
- 📁 Lecture 7: Community-Based Prevention

Who is this training for?



Prevention infrastructure

Strong and functional prevention infrastructure → Evidence-based prevention interventions and policies and activities

- sufficient legislative support stable in time;
- adequate funding
- active and co-operating institutions
- a system of quality control of services and providers,
- ongoing support of implementation and quality improvement
- support of research and scientific activities

1_Intro_CUNI

Outline	Thumb	Notes	Search
Slide Title	Duration		
Who is this series f...	00:48		
▶ Prevention infrastru...	01:06		
Organizational infra...	00:43		

0 Minutes 52 Seconds Remaining

⏸ ⏪ ⏩ Slide 2 / 3 | Playing 00:57 / 01:06 🔊 CC 🖼️

📖 INEP

👤 Participants

🏆 Badges

📋 Competencies

📅 Grades

📁 General

📁 Lecture 2: Substances, Epidemiology and Problem Populations

📁 Lecture 3: Prevention Science and Evidence-Based Prevention Interventions and Policies

📁 Lecture 4: Family-based Prevention Interventions

📁 Lecture 5: School-based Prevention

📁 Lecture 6: Workplace-based Prevention

📁 Lecture 7: Community-Based Prevention Implementation Systems

Creating a prevention workforce



Live talk

In this video, Giovanna Campello from the UNODC (Vienna) will talk about:

Creating a prevention workforce

To play the video - simply push the [PLAY] button in the middle of the screen.



INEP - Main sources of information

- On-line presentations
- Reading materials
 - Compulsory
 - Additional reading
 - Reading to digest (EUPC)
- Recorded live talks
- Quizzes
- On-line tests after each lecture

- Final test → Certificate



Last info – Versions of INEP:

English – Introduction to evidence based prevention (the beginning...)

- <https://mooc.cuni.cz/enrol/index.php?id=50>

Česky – Úvod do prevence založené na důkazech

- with specific of Czech republic - risky behavior etc.
- <https://mooc.cuni.cz/enrol/index.php?id=60>

Português - Introdução à prevenção com base na evidência Português

- <https://mooc.cuni.cz/enrol/index.php?id=114>

Español - Introducción a la Prevención Basada en la Evidencia – español (Europe)

- <https://mooc.cuni.cz/enrol/index.php?id=115>

Español - Inep Espanol Latin America

- <https://mooc.cuni.cz/course/view.php?id=146>

Українська - in the process of translation

University degree





Drugs: Education, Prevention and Policy

ISSN: 0968-7637 (Print) 1465-3370 (Online) Journal homepage: <http://www.tandfonline.com/loi/idep20>

Overview of the European university-based study programmes in the addictions field

Amalie Pavlovská, Michal Miovský, Thomas F. Babor & Roman Gabrhelík

To cite this article: Amalie Pavlovská, Michal Miovský, Thomas F. Babor & Roman Gabrhelík (2017) Overview of the European university-based study programmes in the addictions field, *Drugs: Education, Prevention and Policy*, 24:6, 485-491, DOI: [10.1080/09687637.2016.1223603](https://doi.org/10.1080/09687637.2016.1223603)

To link to this article: <http://dx.doi.org/10.1080/09687637.2016.1223603>



Overview of the university-based addiction studies programs in the United States

Amalie Pavlovská, Roger H. Peters, Roman Gabrhelík, Michal Miovský, Zili Sloboda & Thomas F. Babor

To cite this article: Amalie Pavlovská, Roger H. Peters, Roman Gabrhelík, Michal Miovský, Zili Sloboda & Thomas F. Babor (2018): Overview of the university-based addiction studies programs in the United States, *Journal of Substance Use*, DOI: [10.1080/14659891.2018.1505970](https://doi.org/10.1080/14659891.2018.1505970)

To link to this article: <https://doi.org/10.1080/14659891.2018.1505970>



ISSN: (Print) (Online) Journal homepage: <https://www.tandfonline.com/loi/ijsu20>

Overview of university-based academic programs in addiction studies in Africa

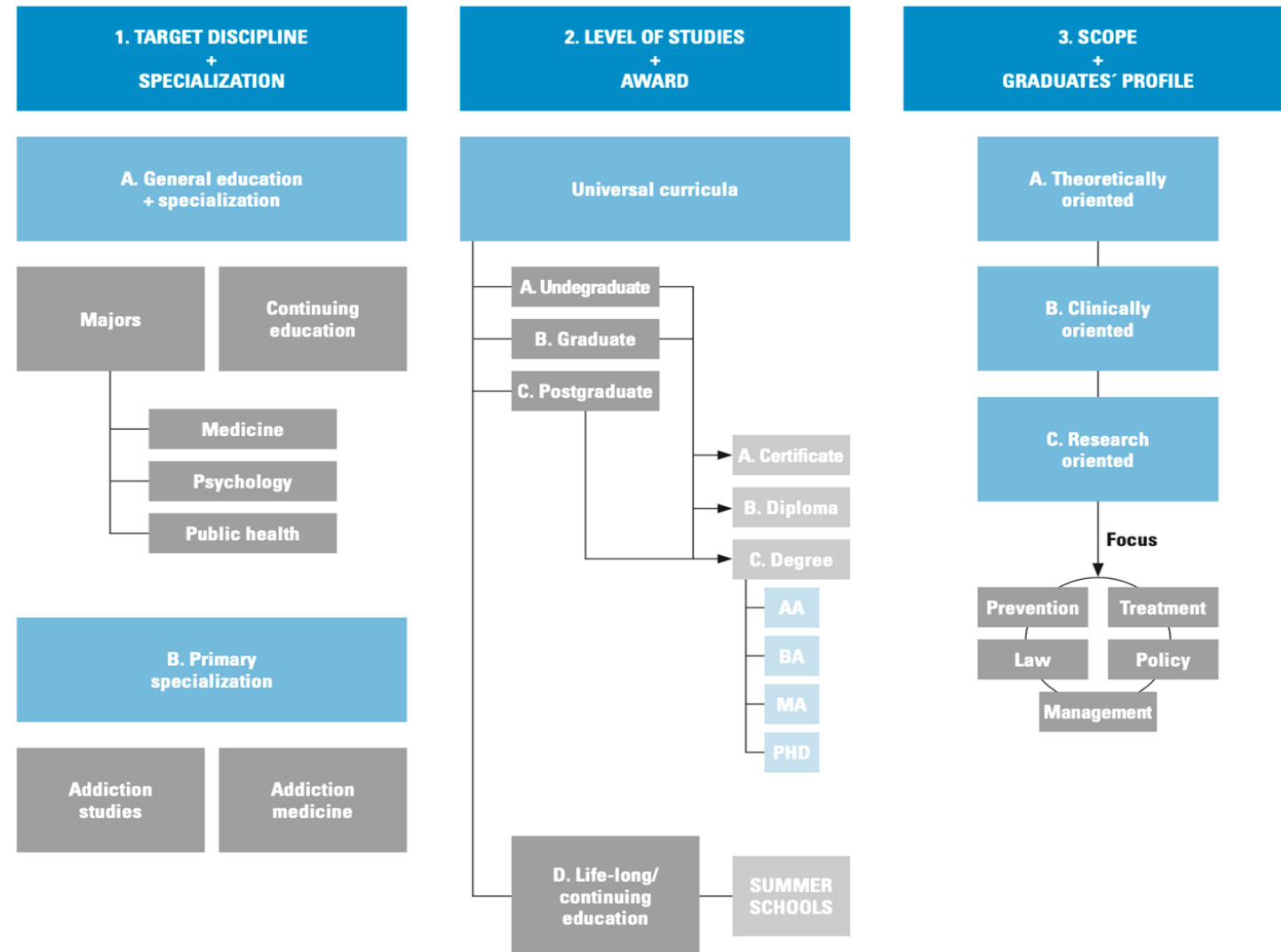
Amalie Lososová , Kimberly A. Johnson , William Sinkele , Isidore Silas Obot & Michal Miovský

To cite this article: Amalie Lososová , Kimberly A. Johnson , William Sinkele , Isidore Silas Obot & Michal Miovský (2020): Overview of university-based academic programs in addiction studies in Africa, Journal of Substance Use, DOI: [10.1080/14659891.2020.1779830](https://doi.org/10.1080/14659891.2020.1779830)

To link to this article: <https://doi.org/10.1080/14659891.2020.1779830>

New Trends in Education and Training Programs in Addictions at the Higher Education and University Levels

Miovsky, M., Volfova, A., Johnson, K., Peters, R., Koutsenok, I., Heaps, M., & Lososova, A. (2021). New trends in education and training programs in addictions at the higher education and university levels. *Adiktologie*, 21 (4), 201–209. <https://doi.org/10.35198/01-2021-004-0005>



What kind of university products?

- **specialized training and education programs** as a separate component of existing undergraduate, graduate, or postgraduate programs in different disciplines (typically psychology, medicine, social work, nursing, etc.) such as, e.g., specialized courses, training modules, study visits, e-learning lessons, etc.;
- **summer or winter schools specializing in addiction** and dedicated to different kinds of target groups and topics (public health, mental health, risk reduction management, clinical or academic training, etc.);
- **comprehensive academic degree programs that focus on addictions** at the bachelor's, master's, and doctoral levels and similar programs specifically dedicated to addictions;
- **any kind of lifelong education training and education activities for substance use professionals** and/or for different kinds of health or social work professionals (e.g., motivational interviewing, etc.).

Miovsky, M., Volfova, A., Johnson, K., Peters, R., Koutsenok, I., Heaps, M., & Lososova, A. (2021). New trends in education and training programs in addictions at the higher education and university levels. *Adiktologie*, 21 (4), 201–209. <https://doi.org/10.35198/01-2021-004-0005>

INCORPORATION OF UNIVERSAL PREVENTION CURRICULUM INTO ESTABLISHED ACADEMIC DEGREE STUDY PROGRAMME: QUALITATIVE PROCESS EVALUATION

Michal Miovský¹, Anna Vondrová¹, Roman Gabrhelík¹, Zili Sloboda², Jiří Libra¹, Amalie Lososová¹

¹Department of Addictology, First Faculty of Medicine, Charles University and General University Hospital in Prague, Prague, Czech Republic

²Applied Prevention Science International, Ontario, Ohio, USA

SUMMARY

Objective: Comprehensive bachelor's, master's, and doctorate-level curricula of Addiction Studies (Addictology) were developed and implemented at Charles University (First Faculty of Medicine) between 2003 and 2012. This Prague model combines three evidence-based approaches to addressing substance use – prevention, treatment, and public health – into a balanced professionalised discipline. Graduates from this programme are licensed by the State Authority as addictology, a regulated profession in the Czech Republic. Professionals with these degrees are recognised as healthcare professionals, can perform directly in the field and can be contracted by health insurance companies. In 2016, it was decided to integrate the Universal Prevention Curriculum (UPC) into these programmes of study. The UPC was developed by a group of prevention researchers from the United States. This article describes the technical steps involved when adapting the UPC into an established university degree programme. We describe the requirements needed for successful implementation and reaccreditation. Finally, we examine both barriers and enhancers of the adoption of UPC as a university programme.

Table 3. Specific prevention-focused courses in bachelor's programme Addictology before evaluation study (2015) and after evaluation study (2018)

	Before (2015) Course title (hours)	After (2018) Course title (hours)
First grade	Developmental Psychology (30)	Basics of Developmental Psychology (30)
	Pedagogy and Special Pedagogy (30)	Introduction to Prevention of Risk Behaviours (30) 🔍
	Primary drug prevention (30)	
Second grade	Paediatrics (30)	Paediatrics (30)
		School-Based Prevention (45) 🔍
Third grade	Working with Families (30)	Working with Families (30) 🔍
	Tobacco Addiction: Prevention and Treatment (15)	Family-Based Prevention (45) 🔍
	Prevention Programmes in Practice (30)	Workplace-Based Prevention (45) 🔍

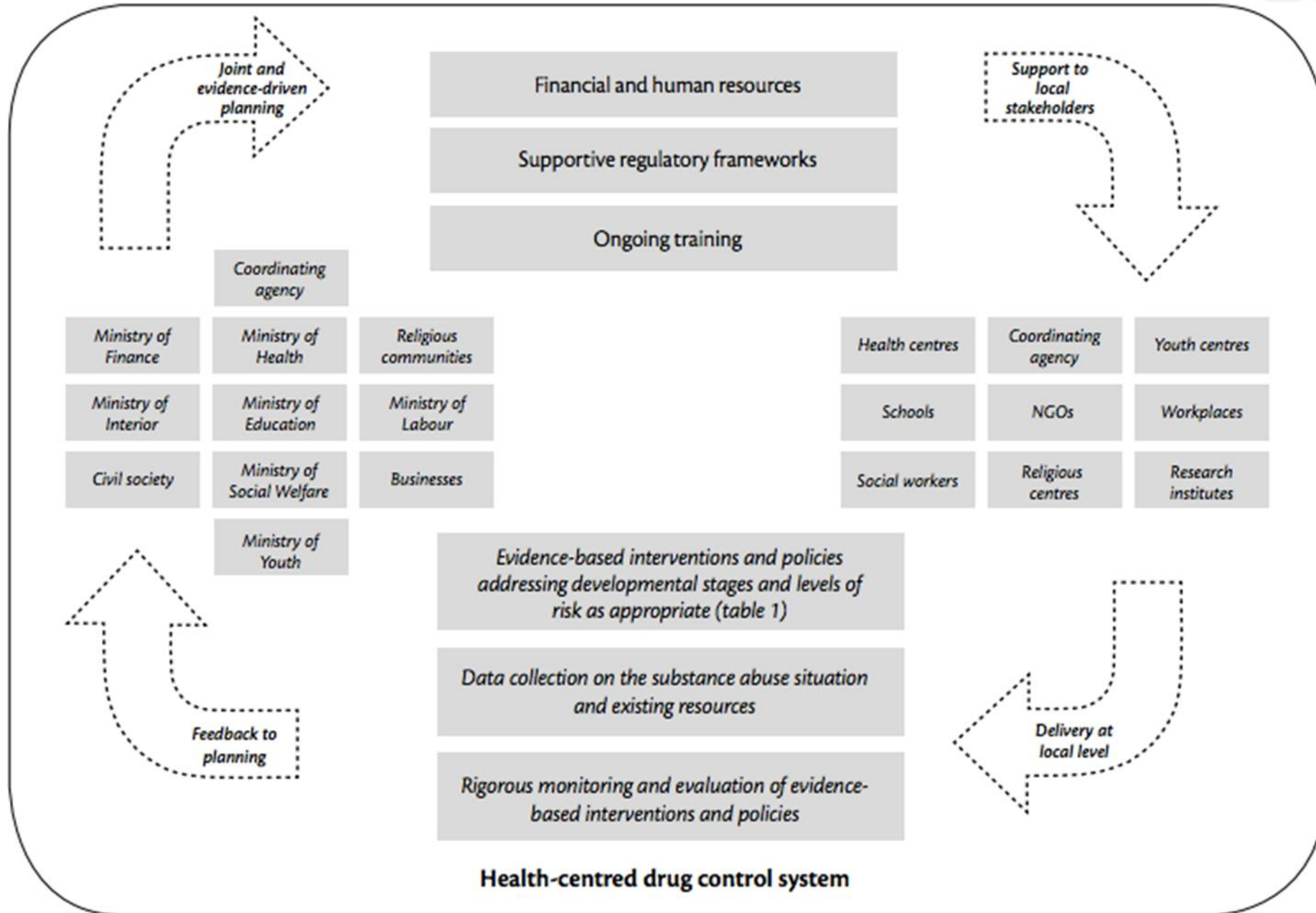
Table 4. Prevention-focused courses in master's programme Addictology before evaluation study (2015) and after evaluation study (2018)

	Before (2015) Course title (hours)	After (2018) Course title (hours)
First grade	Prevention – practicum (15)	Environment-Based Prevention and Public Health Interventions (45) 🔍
		Media-Based Prevention and ICT (45) 🔍
Second grade	Public Health Interventions in Practice (60)	Community-Based Prevention and Implementation Systems (45) 🔍
	Drugs and Society (30)	Monitoring and Evaluation of Prevention Interventions and Policies (45) 🔍

Why all of this trainings, academy studying.... ?



Organizational infrastructure of a drug prevention system



Drug prevention versus risk behaviour prevention



Risk behaviour

Prevention of risky behaviour as a phenomenon in the Czech Republic

a) truancy

b) bullying and extreme aggression

(c) extreme risk sports and risky behaviour in transport

(d) racism and xenophobia

(e) the negative impact of cults












(f) sexual risk behaviour

(g) addictive behaviour (addictology)

(h) range of disorders and problems associated with the abused and neglected child syndrome

(i) the spectrum of eating disorders

(Miovský et al, 2015)

Response	Average	Total
truancy	 4%	18
negative influence of new religious movements	 5%	24
extremely risky sports and risky behaviour in traffic	 5%	26
<hr/>		
racism and xenophobia	 13%	65
spectrum of eating disorders	 17%	84
none	 20%	99
sexual risk behaviour	 23%	116
a range of disorders and problems associated with the syndrome of abused and neglected children	 23%	117
bullying and extreme manifestations of aggression	 29%	147
addictive behaviour (addictology)	 63%	320
<hr/>		
Total responses to question	 100%	506/501



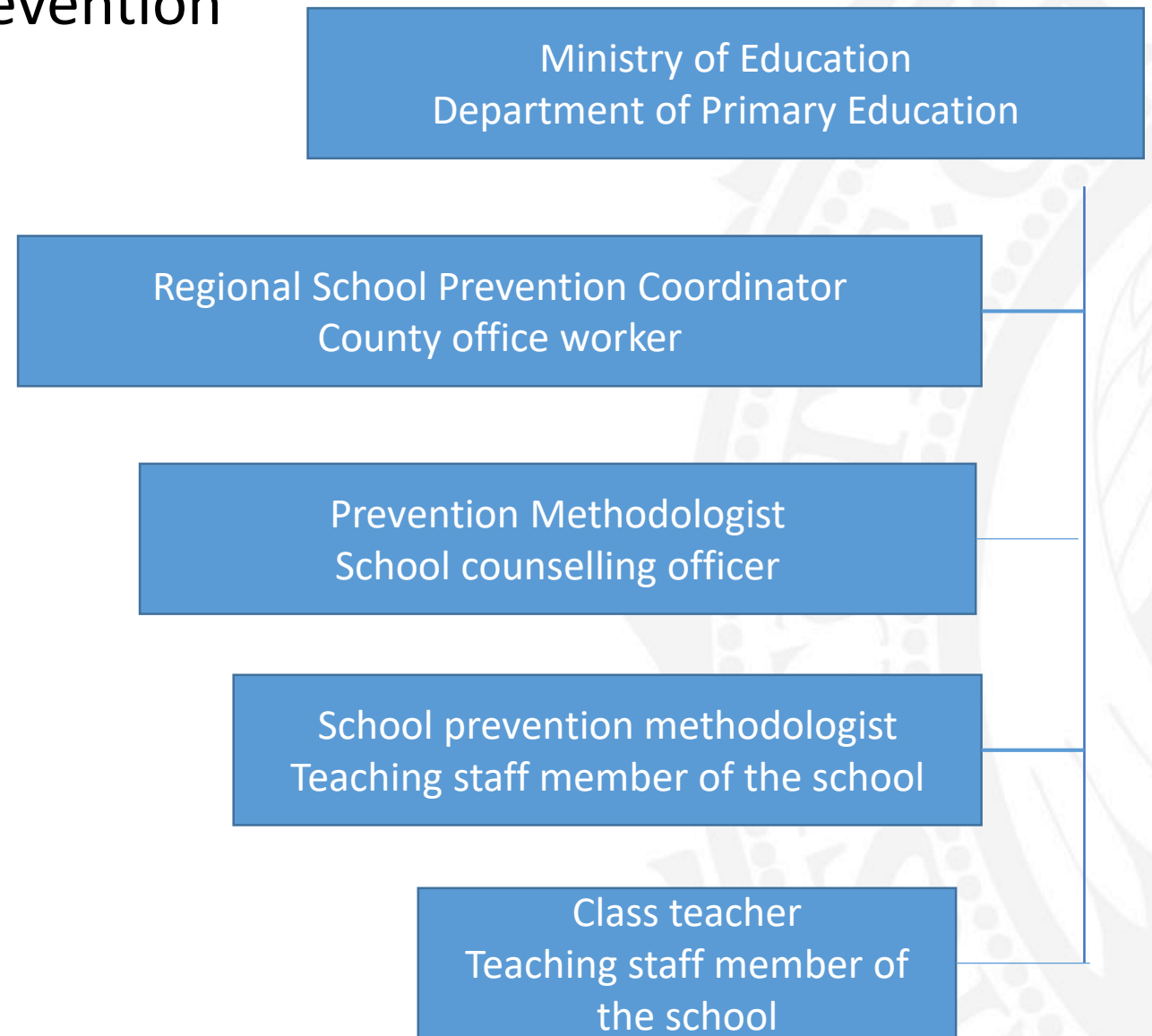
For example system of school prevention

PRIMARY PREVENTION SYSTEM OF THE MINISTRY OF EDUCATION

Horizontal level

- Cooperation
 - Ministry of Education, Youth and Sports
 - Ministry of Labour and Social Affairs
 - Ministry of Interior
 - Government Council for Drug Policy Coordination

Vertical level



SYSTEM FOR RECORDING PREVENTION ACTIVITIES

SEPA consists of two modules:

The Plan module

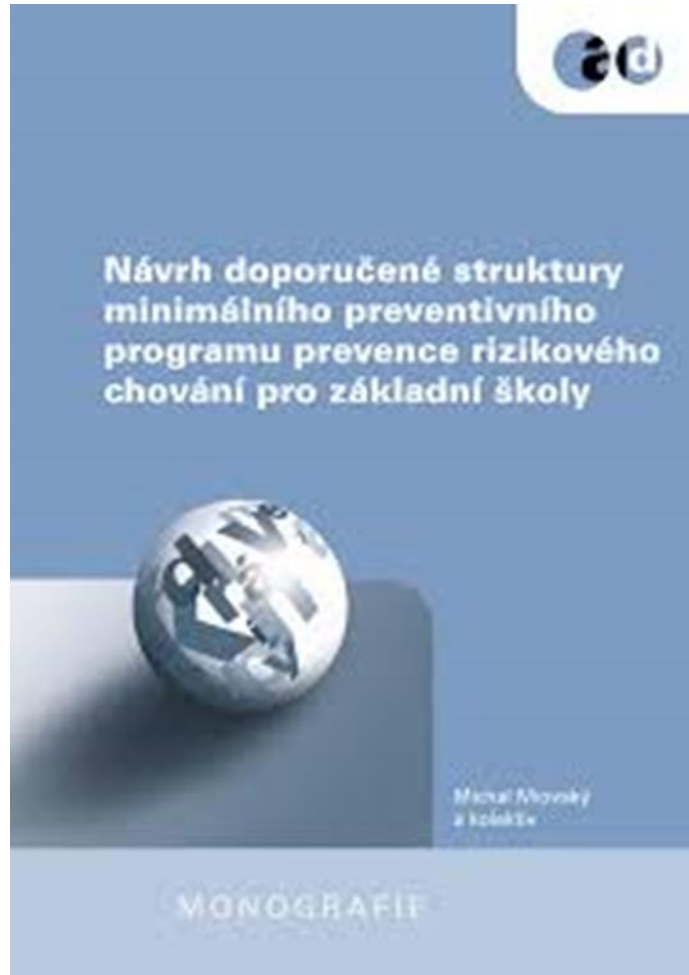
- is a support tool for the creation of a school's primary prevention plan.

The Reporting module

- provides schools or school prevention officers with a tool to record information on key prevention activities in the school in a consistent and transparent manner



SCHOOL PREVENTION PLAN



- a set of written rules concerning risky behaviour in the school environment (methodological guidelines and recommendations of the Ministry of Education and Science)
- describes offences - school rules
- each school has its own strategy - school prevention plan
- for greater effectiveness: involvement of all school stakeholders!
- useful for early detection of risky behaviour and linking to local services/programmes

STANDARDS OF PROFICIENCY - CERTIFICATION

- ✓ Part of a broader **system of primary preventive action**
- ✓ Uses an **interdisciplinary approach**, responding to the needs of the identified target group
- ✓ Be **regularly evaluated** and modified where necessary
- ✓ The programme is **comprehensive, respecting the principle of balance of the information** provided, taking into account the latest expert knowledge
- ✓ **Maintains internal** (individual topics build on each other and complement each other) and **external continuity** (e.g. integration of the programme into the prevention system in the school or region)
- ✓ Respects the overall **context** of the primary prevention programmes provided
- ✓ Focuses on those **protective and risk factors** that **can be influenced** by the programme
- ✓ **It is flexible** - responding to the current needs of the target group
- ✓ Adapts to new trends in the field of the risk behaviour in question

(Pavlas Martanová, V. et al (2012). Standards of professional competence for providers of school-based primary prevention of risk behaviour programmes)



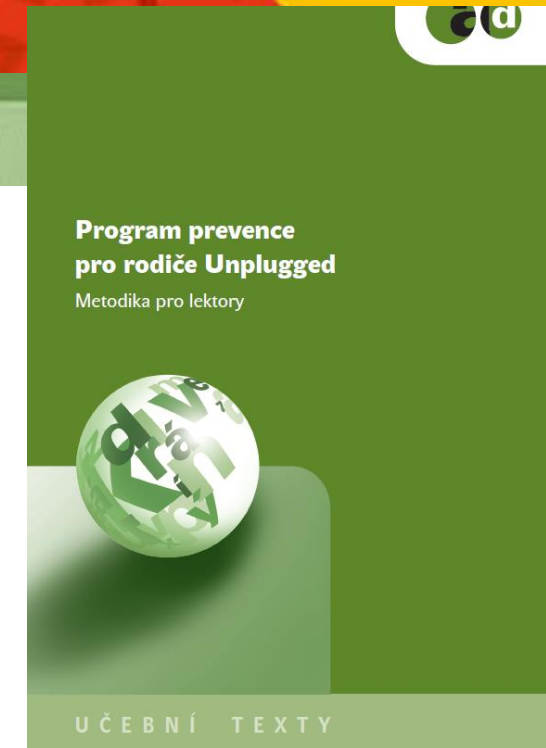
THE FOUR-LEVEL MODEL OF EDUCATION



1. Basic level (primary preventive minimum)
2. Intermediate level (intermediate preventive worker)
3. Advanced level (advanced prevention worker)
4. Expert level (primary prevention expert)

EVIDENCE-BASED

- focused on critical thinking
- decision making
- problem solving
- creative thinking
- effective communication
- interpersonal relationships
- self-esteem
- empathy
- managing emotions and stress
- normative beliefs
- and knowledge of the harmful effects of addictive substances on health



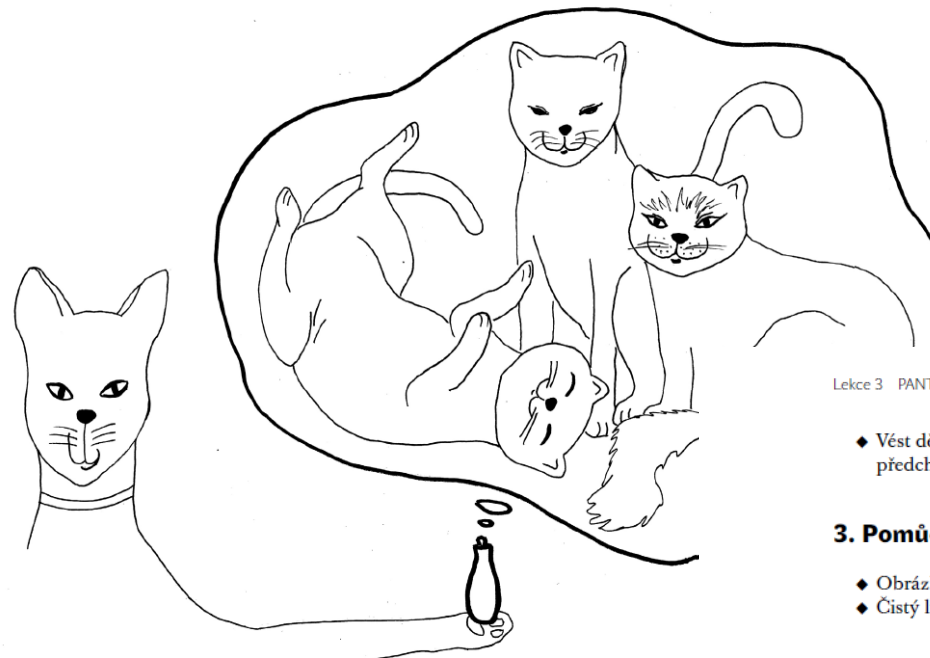
Cat garden – 8 hrs



Kočičí zahrada

Rozvoj sociálních dovedností dětí
v rámci prevence rizikového chování

Metodika pro učitele



Lekce 4
SMRT SKVRNČINA DĚDEČKA

Všechny kočky se sešly nahoře na zahradě, seděly na trávniku a vyhrávaly se na slunci. Také dělaly kotmelce a soutěžily, která z nich udělá nejlepší skok. V tu chvíli se pomalým krokem a se staženým ocasem objevila Skvrnka. Vypadala utrápeně a neklidně.

„Co je ti, Skvrnko,“ ptá se Snižek, „proč jsi utrápená?“
„Můj dědeček je nemocný. Je velmi starý a všichni doma se o něho strachujeme.“
„Máš ho velmi ráda, že?“ ptá se Mica.
„Ano, mám ho moc ráda. Je hodný a trpělivý. Utěšuje mě, když jsem smutná a vypravuje mi krásné pohádky.“

„Neměj strach, Skvrnko,“ říká Mica, „uvidíš, tvému dědečkovi bude brzy lépe. Pojď, zahraj si s námi.“ Všechny kočky si spolu znovu začaly hrát.

Další den se kočky opět sešly nahoře na trávniku. Chyběla jen Skvrnka.
„Už to víte?“ říká Snižek. „Dědeček Skvrnky včera večer zemřel.“
„Ubohá Skvrnka,“ dodala Mica, „musí být moc nešťastná. Jdeme ji najít, bude nás potřebovat.“

Skvrnka je schovaná v koutě zahrady a pláče. Pantoflíček k ní jde blíž, aby ji utěšil. „Skvrnko, co pro tebe můžeme udělat?“

„Nikdo mi nemůže pomoci,“ pláče Skvrnka, „můj dědeček mi umřel.“

Její kamarádi sedí tise okolo ní. Mica sbírá odvahu a ujmá se slova: „Nebreč, Skvrnko. Tvůj dědeček teď žije na jiné zahradě, na mnohem hezčí a šťastnější, než je ta naše. Řekla mi to moje babička. Říkala, že tvůj dědeček teď žije na nebeské zahradě. Ta je ještě mnohem hezčí než zahrada, o které nám říkal Siam. Tvůj dědeček tam je společně se všemi ostatními kočkami, které opustily tento svět. Žije život, který nemůžeme vidět našima očima, ani se ho nemůžeme dotýkat našimi tlapkami.“

„A to je,“ ptá se Skvrnka, „jako když sníš? Není to stejné jako s magickým světlem, o kterém nám vyprávěl Siam?“

„Ne, tam život pokračuje a ty pokaždé, když si vzpomeneš na dědečka, cítíš utiš jeho památku. Nemusíš se cítit osamocena.“

„A dědeček mě má rád i z toho místa, kde se teď nachází?“ ptá se Skvrnka.
„Ještě víc než dříve, Skvrnko moje, ještě víc než dříve.“

Lekce 3 PANTOFLÍČEK SE BOJÍ TMY

- ♦ Vést děti k tomu, aby pochopily, že obavám a strachu můžeme předcházet a učit se je zvládat sami nebo s pomocí někoho jiného.

3. Pomůcky

- ♦ Obrázky koček Pantoflíčka, Dráпка a Mourka
- ♦ Čistý list papíru pro každého žáka

TÉMA: Strach, odvaha, rozdílné prožívání strachu; odvaha na nesprávném místě a v nevhodnou dobu může být nebezpečná

- ♦ Zažili jste někdy pocit strachu? V jakých situacích to bylo a jak se to projevovalo?
- ♦ Víte, co je to strach? Děti definují strach podle dosavadních zkušeností. Jako náповědu uvádíme pro učitele jednu z mnoha jednoduchých definic (strach je emoce a má různé podoby, můžeme mít strach o někoho, o něco – máme obavy, jsme nervózní, znepokojení, vylekaní, pochybujeme, cítíme se v ohrožení, jsme zděšení, prožíváme hrůzu až paniku atd.).

4. Příběh číslo 3

Přečíst příběh o Pantoflíčkovi, jak se bál tmy.

PRÁCE S DĚTMI

- ♦ Líbil se vám příběh?
- ♦ Proč se asi Pantoflíček bál tmy?
- ♦ Co mu pomohlo překonat strach ze tmy?
- ♦ Jaké bylo chování Dráпка? A jaké Mourka?
- ♦ Co mohl Pantoflíček udělat, když se mu před ostatními kočkami Drápek posmíval za to, jak se bál?
- ♦ Proč se napil kouzelného lektvaru? Co od toho očekával?

Unplugged – 24 hrs



Poznej mýty a fakta o kouření

Několik slov o lekcích

V lekcích jsou (stejně jako v lekcích třetí a deváté) uvedeny informace o drogách a jejich účincích. Při podávání těchto informací si musíme dát pozor na možné požití a potenciální nevhodnosti, např. podání zvědavosti.

Při předávání informací o návykových látkách je dobré si uvědomit, že dlouhodobé škody nebo dokonce úmrtí nejsou pro mládež zase tak předsudčivým nebo okromujícím argumentem. Proto doporučujeme, abyste spíše vyvolávali krátkodobé a společenské důsledky kouření. Za druhé mějte na paměti, že dospívající nezačínají užívat drogy z nedostatku informací, ale kvůli sociálnímu tlaku a normativnímu očekávání: buď si myslí, že brát drogy je normální a zapotřebí k tomu, aby byli akceptováni, nebo si myslí, že užívání drog je jakýmsi projevem rebelství.

Při poskytování informací o drogách a jejich užívání se musíme vyhnout dvěma úskalím. Prvním je přílišné zdůrazňování nebezpečí (například u konopí) do takové míry, že to začne odporovat realitě, kterou žáci sledují kolem sebe. To pak vede k tomu, že nám žáci nebudou věřit žádné další informace o rizicích. Druhým úskalím je, že pokud se příliš zaměříme na samotné účinky drog nebo na to, kolik lidí je někdy užilo, budou si žáci myslet, že drogy jsou vlastně „fajn“ a široce rozšířené.

Jak sami víte, informovanost o drogách není pouze záležitostí intelektu, ale také vlivu sociálního prostředí. Proto vám jako užitečným nabízíme tipy jak efektivně mluvit o tomto tématu. Je nezbytné žákům sdílet, že užívání drog není nic rebeltského ani vzrušujícího. Snažte se zaměřit na společenské důsledky užívání drog a dejte pozor, abyste se na tuto otázku nedivali jen z perspektivy ohrožení zdraví. Sociální aspekty užívání drog se myslí, že drogy jsou „out“, nejsou zajímavé, nejsou přitažlivé, nejsou alternativní. Tyto důsledky užívání drog je třeba vnímat v souvislosti s těmi zdravotními, jako jsou toxicita, různé zdravotní problémy, závislost a smrt. Unplugged se zaměřuje spíše na společenské důsledky užívání než na zdravotní.

Konkrétní cíle

- Žáci se použijí o účincích kouření.
- Dovědí se, že představy lidí o účincích často neodpovídají realitě.
- Dovědí se, že percipované krátkodobé přínosy jsou často důležitější než dlouhodobé škodlivé zdravotní účinky.
- Budou diskutovat o tom, proč lidé kouří, i když vědí, jaké mají účinky kouření pro zdraví.

Co potřebujete

- Před lekcí si přečtěte informační list o nikotinu a (příloha 10 B).
- Pracovní sešit.
- Jeden velký arch papíru s nadpisem Co kuřáci o kouření a druhý s nadpisem Důsledky kouření nadpis by mělo být dost místa, aby se tam dal místo archů lze použít i tabuli.
- Připojení k internetu (je-li k dispozici).

Zahájení lekce – 15 minut

Znalostní test o cigaretách

Nechte žáky vyplnit v pracovních sešitech krátký test o kouření a odpovědnosti tabákového průmyslu. Odpovědi najdou přímo v textu v pracovním sešitě. S časovým limit. Po dokončení testu společně projděte odpovědi a nechte žáky porovnat jejich skóre. Požádejte o několik příkladů nesprávných odpovědí a zkuste je předat korektní informace o kouření.

Správné odpovědi

- 1a, 2a, 3a, 4c, 5c, 6c, 7c, 8c, 9c, 10c, 11abc; 12 14c, 15abc; 16abc; 17c

Lekce 5

5

Je den a máš dvojčata v prstech naší země. Který?

A. Dívky se opijí ve sítím v mobilních aplikacích než dříve.
B. Chlapci obvykle pijí více než dívky.
C. Chlapci mokrují více než dívky.

5

Drogy jsou pro děti nebezpečnější než pro obilí.

Málokdy jsou drogy více ohrožení než jiné drogy, protože jsou těžké a mají silné účinky. Drogy jsou často velmi škodlivé a mají vliv na zdraví dětí. Drogy jsou také velmi drahé a mohou způsobit závislost a zdravotní problémy. Drogy jsou také velmi škodlivé a mají vliv na zdraví dětí. Drogy jsou také velmi drahé a mohou způsobit závislost a zdravotní problémy.

SPRÁVNÁ ODPOVĚĎ: C

6

Pravou je droga a návyková látka, která je považována za škodlivou.

A. Když bere prášky na spánek, máš na mysli je benzodiazepiny.
B. Můžeš být na prášky na spánek, pokud je předepsal lékař.
C. Pokud se nemůžeš spát, vezmi si prášky na spánek, ale neměly by být nikterak nebezpečné.

6

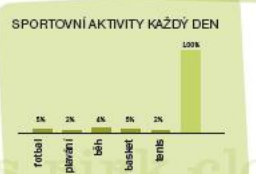
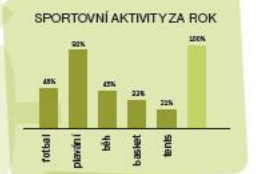
Drogy se také používají jako léky pro léčbu nemocí.

Mnohé drogy se používají v medicíně a mohou být velmi užitečné. Drogy se také používají v medicíně a mohou být velmi užitečné. Drogy se také používají v medicíně a mohou být velmi užitečné.

Lekce 4

Je to, čemu věříš, podloženo fakty?

Jana začala držet dietu, protože si myslí, že vše ohny její kamarádky drží dietu, a ona chce být jako ony. Michal se rozhodl zkusit cigarety, jelikož se domnívá, že všichni v jeho okolí to už zkusili. Často jsme přesvědčeni, že všichni ostatní lidé se chovají určitým způsobem, ale nemáme pro to žádné důkazy. V této hodině si povíme o tom, jak taková přesvědčení ovlivňují naše vlastní chování. Zvláště pozornost budeme věnovat užívání alkoholu, cigaret a dalších drog.



Jednoduchá lekce ze statistiky: Rozumíš rozdíl mezi výroky: „někdy v životě“, „za rok“, „za měsíc“ a „každý den“?

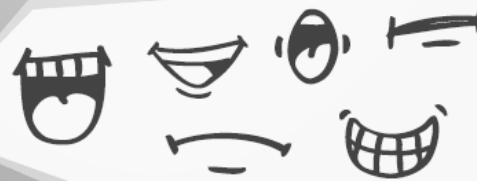


nPrevence – 8 hrs

nPREVENCE

Prevence užívání návykových látek pro žáky sedmých tříd základních škol a studenty sekund víceletých gymnázií

METODIKA PRO UČITELE
PREVENCE UŽÍVÁNÍ
NÁVYKOVÝCH LÁTEK



hodnocení
rozhodování



chování

prožívání

ntion_01_skoly

zpracování
informace

Synapse

Neurotransmitery

Přijímače - Receptory

2. Lekce: Rozdíly mezi chlapci a dívkami, způsoby snižování rizik, odmítání návykové látky

Několik slov o této lekci

Mezi chlapci a dívkami jsou rozdíly v tom, jak jsou zranitelní či ohroženi užíváním různých typů návykových látek. Jsou mezi nimi rozdíly nejen v tom, jak rychle a jak dlouho na ně drogy působí, jak rychle jejich tělo drogy umí zpracovat a vyloučit ven, ale také v motivech, v průběhu či zvládnutí situací, kterým jsou pod vlivem drogy vystaveni.

Část lekce je proto věnována seznámení třídy s tím, že návykové látky jinak účinkují u chlapců a dívek. Dále se lekce věnuje tomu, které rizikové faktory jsou více rizikové pro chlapce a které pro dívky a proč?

Nicméně se může stát, že mladý člověk podlehne touze nějakou drogu ochutnat. Ze studií mezi mladými lidmi víme, že zkušebnost s alkoholem, tabákem nebo konopnými drogami má již část z nich. Bohužel i jeden experiment s drogou může vést k nechtěným komplikacím. Považujeme proto za důležité, aby mladí lidé věděli, co v takových případech mohou dělat, když oni sami nebo jejich kamarád užije návykovou látku. Budeme se věnovat tématu, jak snížit případná rizika spojená s užitím drogy na co nejvyšší možnou míru.

V poslední části hodiny budeme věnovat prostor dovednostem, jak odmítnout nabízenou sklenici alkoholu, tabákovou nebo marihuánovou cigaretu. Dovednosti odolat sociálnímu tlaku a odmítnout drogu jsou považovány za důležitou výbavu každého mladého člověka. Pokud se člověk ujistí, že při odmítnutí nabízené drogy se neshazuje a cítí se dostatečně sebejistě, zvyšuje se pravděpodobnost, že nepodlehne pokušení návykovou látku vyzkoušet.

Cíle

- Žáci se v této lekci seznámí s tím:
- že jsou rozdíly mezi chlapci a dívkami v příčinách užití a účinku návykových látek.
 - jak postupovat a snižovat rizika pokud dojde ke konzumaci návykových látek.
 - jak odmítnout nabídnutou návykovou látku.

Co budete potřebovat

- Učebna s tabulí nebo interaktivní tabulí.
- Pracovní listy č. 2, 3, 4, 5, 6 pro tuto lekci.
- Žáci budou potřebovat tužky.

Metodické tipy pro realizaci lekce

Aktivita č. 1 - Pracovní list můžete promítnout (na interaktivní tabuli, projektořem na stěnu atd.). Počty žáků, kteří se

rozhodnou pro tu kterou odpověď, můžete zaznamenávat rovnou na tabuli. Je však vhodné, aby žáci měli pracovní list i v ruce pro snadnější práci s textem.

Zahájení

Časová dotace: 5 minut

Provedte stručnou rekapitulaci předchozí lekce. Žáci můžete do tématu vtáhnout tak, že je vyzve, aby si vzpomněli na jakékoli jedno slovo, které jim v kontextu předchozí lekce přišlo významné, a řekl je nahlas. Zaměřte se na výrazy týkající se zejména normy a věštiny, jak je důležité zůstat sám sebou, jak nepodehnout tlaku, jak je důležité drogy nezkoušet. Nevěnujte však tomuto tématu více než 3-4 minuty.

Přejděte k tématu dnešní lekce, která bude jiná než v lekci předchozí. Sdílejte žákům:

V první části se budeme věnovat tomu, jaké jsou rozdíly mezi chlapci a dívkami v účinku návykových látek.

Druhá část hodiny je věnována situacím, ve kterých dojde k užití návykové látky a jak se v této situaci nejlépe zachovat. Povidat si budeme také o tom, jak nejlépe snižovat rizika při užití návykových látek.

Třetí část je o tom, proč je dobré nevykoušet a odmítnout nabídnutou návykovou látku. A jak to udělat, abychom se při odmítnutí cítili dostatečně silně a pohodlně.

Aktivita 1: Rozdíly mezi chlapci a dívkami

Časová dotace: 10 minut

Způsob práce: Skupinová aktivita

Připravte si pracovní listy č. 2 a 3

Cíl aktivity:

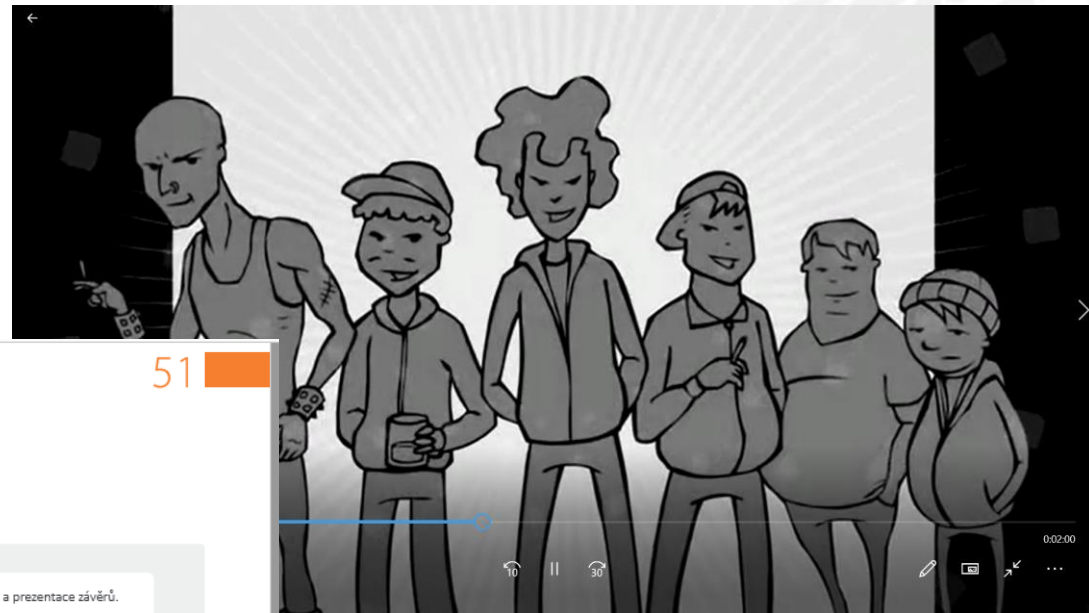
Alkohol, tabák a konopné drogy obecně účinkují jinak na chlapce a jinak na dívky. Očekáváme, že seznámením žáků s rizikovými faktory, které jsou dávaty do souvislosti s jednotlivými typy návykových látek, jim můžeme pomoci více se poznat. Zvyšit jejich citlivost k rizikovým situacím, které život přináší. A v konečném důsledku se vyhnout rizikovým situacím a udělat správnou volbu – vyhnout se užití alkoholu, tabáku nebo marihuany.

V tabulce jsou uvedeny rizikové faktory a k nim jsou přiřazena zdůvodnění. Žáci zdůvodnění neznají a jejich úkolem

Boys and Girls – 16 hrs



**Boys
and
Girls
Plus**



51

Aktivita 02 Blok 4



30m

Typ aktivity: Skupinová diskuse a prezentace závěrů.
Pomůcky: Flipchart pro zachycení nápadů.

Cíl: Analyzovat, proč je rozhodování důležité pro dosažení žadoucího životního stylu, a ukázat, jak překonávat překážky při dosahování životních cílů.

Aktivita se provádí v malých skupinách (4-5 osob). Každá skupina si vybere jednu postavu: Běžce nebo Stydlívku. Odpovězte na následující otázky a závěry sdělte zbytku skupiny:

- Jaké mají sny?
- Co dělají, aby se jejich sny naplnily?
- Jaké překážky na cestě potkávají?
- Jaké mají pocity, když na tyto překážky narazí?
- Jak tyto překážky překonali?

Odpovědi lze zapisovat nebo zakreslovat na flipchart. Skupiny si pak vzájemně podávají zpětnou vazbu, přičemž všichni mají příležitost k ní přispět, pokud chtějí. Protože některé skupiny budou analyzovat stejné postavy, je na moderátorovi, aby zachytil a zdůraznil rozdílné výstupy.

RISK BEHAVIOUR AND ITS PSYCHOSOCIAL CONTEXT

- **interpersonal aggressive behaviour** (e.g. violent behaviour, bullying, abuse, racial intolerance and discrimination against certain groups, extremism)
- **delinquent behaviour in relation to material property** (e.g. theft, vandalism, spray painting)
- **risky health habits** (e.g. drinking alcohol, smoking, drug use, but also unhealthy eating habits, insufficient or excessive physical activity)
- **sexual behaviour** (e.g. early sexual initiation, promiscuity, unprotected sex, sex with risky partners, early motherhood and parenthood)
- **risky behaviour in relation to social institutions** (e.g. problem behaviour at school such as truancy, failure to fulfil school obligations, failure to complete secondary school)
- **pre-pathological gambling**
- **risky sporting activities** (e.g. adrenaline and extreme sports)

Why all of this trainings, academy studying.... ?



Because...

- **Theoretical knowledge**

To have the same language of prevention

To implement the evidence-based in practise

For better advocacy

For same shaping

For sharing our knowledge, skills and competences

- **Practical skills**

Practical exercises

Linking science and practice

Practical training is necessary, not just theory

Acquiring practical skills for prevention work (with the class, family, workplace...)



Also for...

- ✓ raising the standard of prevention education
- ✓ as the field of psychology was once the origin of the field of psychology
- ✓ the prevention of risky behaviour is now an important area
- ✓ there is a need to raise its quality and awareness

Risk behaviour is present in all periods of a person's life.

Prevention is a common part of medical disciplines (dental prevention, cancer prevention...).

Therefore, it is important to raise the standards in prevention education and work towards expanding this field.



Department of Addictology, First Faculty of Medicine, Charles University & General University Hospital in Prague



helena.horalek@lf1.cuni.cz

